

### [Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



**[Laboratoria](#)**  
**[.net](#)**  
**[Innowacje](#)**  
**[Nauka](#)**  
**[Technologie](#)**



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## **Dobry humor ma dobroczynny wpływ na starsze osoby**

**Radosny nastrój ułatwia podejmowanie decyzji i poprawia funkcjonowanie pamięci roboczej u osób w podeszłym wieku - zawiadania czasopismo "Cognition and Emotion".**



Zespół naukowców z USA (University of Michigan, Cornell University) oraz Szwecji (Linköping University) doszedł do wniosku, że sprawienie już niewielkiej przyjemności osobom badanym w podeszłym wieku może poprawić im humor, a jednocześnie wpłynąć na lepsze funkcjonowanie poznawcze.

"Przeprowadzono wiele badań pokazujących, że młodzi dorośli są bardziej kreatywni i elastyczni poznawczo, kiedy mają dobry nastrój. Jednak z powodu ubytków poznawczych związanych ze starzeniem się, nie mieliśmy pewności, czy dobry humor może być pomocny w przypadku starszych osób" - zauważa Ellen Peters, współautorka badania.

Badacze wprawili część uczestników badania w dobry humor za pomocą drobnych upominków w postaci dwóch małych torebek ze słodyczami oraz kartki z podziękowaniami za udział w przedsięwzięciu. Zadbali też o to, aby pozytywny nastrój utrzymał się u nich podczas przeprowadzania eksperymentów, dlatego na komputerach ustawili tło pulpitu składające się z uśmiechniętych słoneczek na niebieskim tle.

Osobom, które miały pozostać w neutralnym nastroju nie zapewniono powyższych przyjemności.

Okazało się, że badani w dobrym humorze uczyli się znacznie szybciej, podejmowali trafniejsze decyzje i zapamiętywali dłuższe ciągi liter i liczb niż osoby w neutralnym nastroju.

"Wyniki naszego badania są ważne, bo pokazują, jak za pomocą prostych metod poprawy humoru, można polepszyć funkcjonowanie poznawcze i skuteczność podejmowania decyzji u starszych ludzi" - podkreśla Peters.

Nie stwierdzono jednak żadnego wpływu pozytywnego nastawienia na ogólną szybkość przetwarzania informacji i procesy związane ze stosowaniem słownictwa.

Źródło: [www.pap.pl](http://www.pap.pl)

<http://laboratoria.net/aktualnosci/16444.html>



03-10-2024

## [Studenci poszerzają wiedzę medyczną](#)

Dzięki grze w wirtualnej rzeczywistości.



03-10-2024

## [Ponad 218 tys. studentów korzysta z mLegitymacji](#)

Informuje Ministerstwo Cyfryzacji.



03-10-2024

## [Psycholog o pomocy powodzianom](#)

Mamy naturalną potrzebę pomagania ludziom.



03-10-2024

## [Muzyka pomocna w leczeniu osób](#)

Z zaburzeniami wynikającymi z używania narkotyków czy alkoholu.



03-10-2024

## **Kardiochirurgia zмага się z brakami kadrowymi**

Podobnie jest też w innych krajach.



03-10-2024

## **Potrafimy zapędzić bakterie do roboty**

Odpowiednio zaprogramowane bakterie produkują leki, białka i żywność.



03-10-2024

## **Mikrożele zmieniające właściwości podczas druku 3D**

Dla lepszego poznania raka piersi.



03-10-2024

## [System ewaluacji działalności naukowej wymaga zmian](#)

Poważniejsze zmiany powinny wejść w życie od następnego okresu.

**Informacje dnia:** [Studenci poszerzają wiedzę medyczną Ponad 218 tys. studentów korzysta z mLegitymacji Psycholog o pomocy powodzianom](#) [Muzyka pomocna w leczeniu osób Kardiochirurgia zмага się z brakami kadrowymi](#) [Potrafimy zapędzić bakterie do roboty](#) [Studenci poszerzają wiedzę medyczną Ponad 218 tys. studentów korzysta z mLegitymacji Psycholog o pomocy powodzianom](#) [Muzyka pomocna w leczeniu osób Kardiochirurgia zмага się z brakami kadrowymi](#) [Potrafimy zapędzić bakterie do roboty](#) [Studenci poszerzają wiedzę medyczną Ponad 218 tys. studentów korzysta z mLegitymacji Psycholog o pomocy powodzianom](#) [Muzyka pomocna w leczeniu osób Kardiochirurgia zмага się z brakami kadrowymi](#) [Potrafimy zapędzić bakterie do roboty](#)

**Partnerzy**